

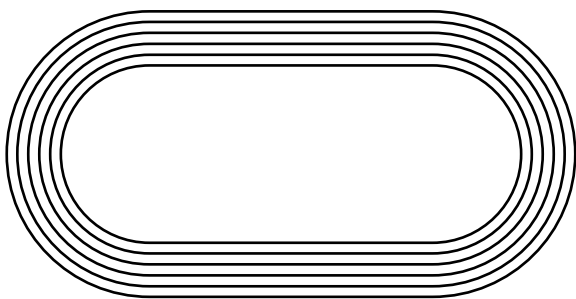
Ext.25

media- mareatón



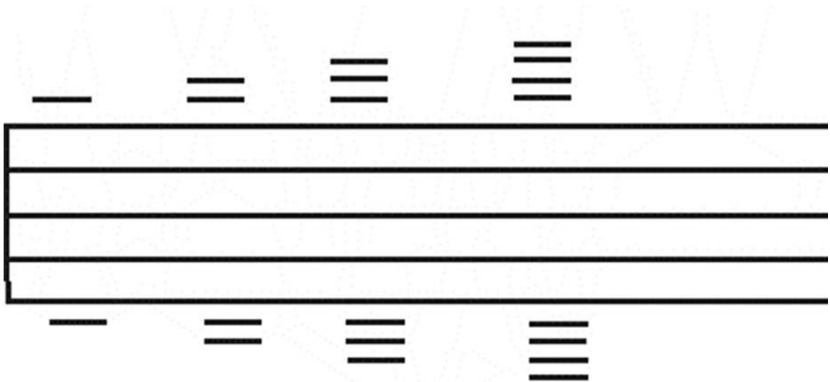
Ext. es una colección de fanzines sobre actividades realizadas en la Facultad de Bellas Artes de la Universidad Complutense de Madrid dentro de los programas coordinados por el Vicedecanato de Extensión Universitaria.

La mediamareatón de Bellas Artes comenzó sus encuentros el 15 de enero en La Trasera. Allí nos reunimos un grupo heterogéneo de estudiantes de grado y máster, alumni, profesoras y bibliotecarios con un primer objetivo: prepararnos para correr un poquito más de 21 kilómetros, rehaciendo los recorridos de las diferentes mareas.



ESPACIOS	LINEAS
	5ª
4º	4ª
3º	3ª
2º	2ª
1º	1ª

Ante los sucesivos recortes en nuestros derechos, educación, sanidad, asuntos sociales, cultura, sector energético, privatización de bienes comunes... los colectivos y las mareas (blanca, verde, negra, roja, morada, amarilla...) han ido tomando las calles para expresar su indignación, su oposición a las medidas que el gobierno iba adoptando. De Neptuno a Sol. De Atocha a Cibeles. Del Hospital de la Princesa a Colón. De Bravo Murillo a Nuevos Ministerios y ahí nos unimos con la Columna Norte. Los mineros llegan a la Moncloa pasando por Ciudad Universitaria. Después de poner nuestros cuerpos, durante cinco años ¿estamos exhaustos por seguir luchando? Porque estamos cansados nos proponemos correr la mediamareatón. Presentar el cansancio, preparar a nuestros cuerpos para continuar la resistencia, pensar la carrera no como un acto de ensimismamiento sino como un espacio ideológico en el que volver nuestros pasos sobre los que dio la Multitud. Queremos desarrollar un pensamiento en la acción, proponer la carrera como una herramienta o repertorio de prácticas artísticas para ensayar modos creativos de protesta. Así comenzamos a resistir un plan de 14 semanas, un grupo y luego dos, entrenados por Antonio Morales e Ícaro Maiterenea, en la Facultad de Bellas Artes de la UCM.

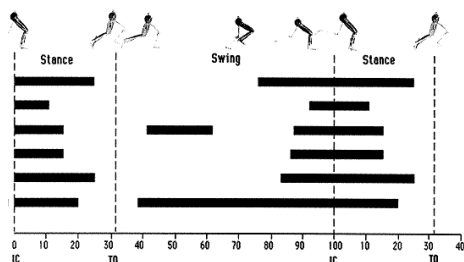


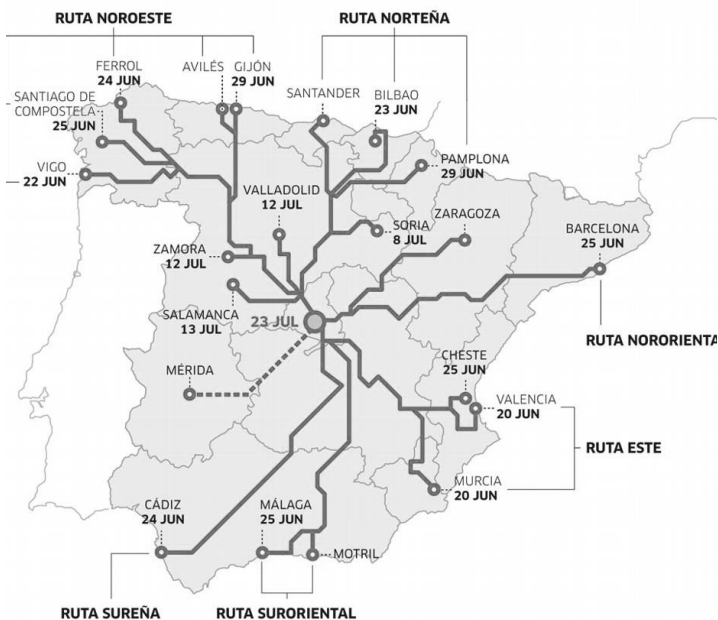
Nombre _____ Melodia _____ Fecha _____

[illegible]

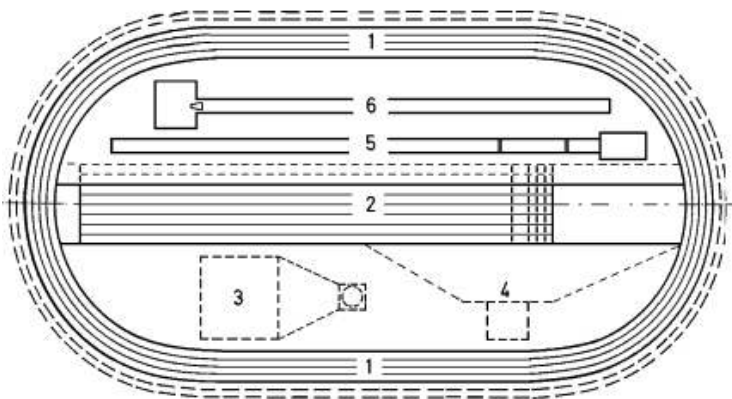
ÍNDICE

Preámbulos de entrenamiento	7
Fure alle Falle: Passión	9
Comando Deportivo de acción social	10
Crónicas	11, 23 - 26
Entrenar	12
Entrenar una idea común	13
Fast Gallery: Banderas, estandartes y gallardetes	14
Berna Reale: Americano	16
Empezar	17
El testigo	18
Ejercicios	19
Enigma de la fruta: YA!	27
Recorrido: Plano	28
La posibilidad de	34
Mareatón y teatralidad	37
De la intimidad de la lengua, de la inclinación como resistencia	39
Teatralidad y mareatón	40
Propuestas prácticas	42
Dorsales	43
Equipamiento	46
Piescrito	50
Correr como forma de resistencia	52
Una maravillosa experiencia fallida	53
Derivas urbanas a la carrera: 20 preguntas y algunas opiniones sobre la Media-Mareatón de la Facultad de Bellas Artes	54





- _ Apaga la tele, enciende tu mente
- _ ¡¡Tu salario y tu pensión no se defienden en el sillón!!
- _ No hay pan pa tanto chorizo
- _ pienso, luego resisto
- _ No es mi crisis, es tu estafa
- _ Si os hacéis los suecos, nos haremos los griegos
- _ Democracia real y participativa YA
- _ Si no nos dejáis soñar, no os dejaremos dormir





Passión - Otro deporte es posible

El deporte, dentro de sus normas, esconde muchas posibilidades y oportunidades para la creatividad que están desestimadas. Por un deporte por y para todxs!

El proyecto consiste en recopilar, organizar, editar y compartir documentación sobre deporte y creatividad.

Nos motivan y nos fascinan la variedad de posibilidades creativas que existen en la práctica de un deporte, y que son ignoradas a causa del hecho competitivo. Queremos reivindicar un deporte para todxs, elástico, capaz de ofrecer más y mejor variedad. Un deporte en contra de la figura del deportista gladiador y a favor de potenciar las habilidades creativas. Nos motiva generar divertimento colectivo.

El proyecto va dirigido a todas las personas interesadas en el deporte y la cultura más allá de la competición.

En especial para aquellas interesadas en los procesos creativos dentro del deporte.

En www.furallefalle.com puedes encontrar un dossier de nuestros trabajos.

CARRERA POPULAR AL BARRIO DE ERREKALEOR
COMANDO DEPORTIVO DE ACCIÓN SOCIAL



La carrera popular -de inscripción gratuita- tiene un recorrido de cinco kilómetros. Comenzará en el exterior de Artium y los participantes tienen que venir con un dorsal realizado por ellos. Más información: www.carreraerrekaleor.blogspot.com www.clublablanca.com



La primera sesión causa alguna baja: la gripe y los motivos laborales son el principal obstáculo para algunos. Los demás calzamos zapatillas y bastante entusiasmo. Javier nos deja el listón bien alto con un *prêt-à-porter* del *running* que nos deja estupefactos. La lluvia nos amenaza y finalmente hace aparición en forma de tormenta. Así que ni cortos ni perezosos comenzamos el calentamiento frente a la Venus de la Concha y la conserjería del edificio principal, después un trote suave: del hall a las mesas grandes, la librería, subimos las escaleras: aulas teóricas, la zona de restauración, saludamos a la biblioteca, vuelta a las escaleras, un piso más y ya bajamos a las instalaciones deportivas. La lluvia ha cesado. Aquellos que dijeron que apenas daban tres zancadas, resultaron estar en forma. Tenemos algo de *Monty Python* o como diría Sebas de *Full Monty*. En esta primera sesión aparecen ya los primeros testimonios gráficos: Amelia nos saca algunas fotos y Beatriz trae una polaroid de pequeño formato con el que hace unos paisajes ¡fantásticos!

Entrenar - Pablo Santiago

El proceso de entrenamiento es un proceso de adaptación: consiste en suplir la actividad que haríamos en un medio natural para procurarnos comida, seguridad y pareja.

Cuando, en la sociedad moderna, entrenamos, ejercemos una "voluntad de adaptación", en este caso orgánica. Para poder correr una media maratón es importante, pero, ¿y para correr una mediamareatón? La "e" añadida deviene en una exigencia voluntaria de un tipo de adaptación, que creo igualmente importante. La "e" se convierte en una adaptación a una idea de grupo, a una idea de ciudad, a una idea de esfuerzo, de voluntad. ¿Cómo me adapto a una idea? ¿Cómo entreno una idea? De forma procesual, claro: la intuyo, la intento, la busco, la rasco, la rechazo, la reconstruyo, la expongo, la amo, la odio, y la vuelvo a amar, si puedo. Así, el resultado, sea el que fuere, es activo, propio y verdadero. Y siento el orgullo de la "e" en el sudor de mi camiseta...



Entrenar una idea común- Pablo Santiago

Ayer estuve hablando con un paciente que participó activamente en los primeros meses del 15 M. Hasiado, decidió abandonar. Ayer me contaba que precisamente una de las cosas que se habían perdido eran las primeras buenas intenciones de un "objetivo" común. El buen funcionamiento del todo debería valer más que las impresiones, pensamientos, u deseos de las partes. ¿Dónde está nuestro objetivo común, en Mareatón? Correr, en sí mismo, no puede ser un objetivo. El movimiento es eso, movimiento. Un caminar hacia la utopía. Corremos para simbolizar una búsqueda, quizá, un sueño, una recuperación de un espacio. Se me ocurre que buscamos una ciudad para todos, que soñamos una forma de pensar, una forma de dialogar, en la que exista una conciencia que no va del yo hacia el otro, sino del otro hacia el yo. Soñamos el cambio, pero el cambio no se produce por generación espontánea, por un click, se produce cuando entrenamos la idea, cuando ponemos en práctica el mundo que suponemos que ya existe en nosotros. ¿Pero existe, realmente? ¿o es sólo una imaginación no sólo utópica sino ingenua, superficial, infantil y sin hacer? Una idea se entrena de la misma manera que se entrena la resistencia o la velocidad. A diario, superando los días malos, los cansancios y las lesiones. Necesitamos barro para moldear una idea. Necesitamos ideas en las que enfangarnos para conseguir una idea. Necesitamos sombreros rojos sobre nuestras cabezas. Al menos para decidir qué hacer con ellos.



Fast Gallery: Banderas, estandartes y gallardetes

Un 29 de enero de 2014 estábamos pensando.... Algunas cosas por definir que planteamos en nuestro segundo encuentro tienen que ver con la fecha final de carrera: proponíamos el 6 de Abril, pero Pablo nos hace notar que ese mismo día es la media de Madrid ¿eso nos diluirá? ¿diluira a la policía? ¿nos daría mayor repercusión mediática? ¿qué piensan ustedes? Queremos hacer dorsales para entrenar, tenemos que diseñarlas. Queremos tener camisetas, tenemos que diseñarlas. Sería precioso elaborar banderas inventadas para reivindicar nuestras vidas, hay que ponerse a ello. Queremos hacer un fanzine teatral y disidente de nuestra mareatón: hay que ir guardando documentación.

Por lo demás la segunda jornada nos encuentra en horas bajas: las primeras lesiones afectan por completo al sector bibliotecario: el talón con ozono de Antonio y el tobillo torcido de Javier!!! aunque un fisioterapeuta raudo parece que ha obrado maravillas.



Desfile

FAST GALLERY n. 5. Banderas, estandartes y Gallardetes

08-07-2010

Móstoles

Fast Gallery presentó el jueves 8 de julio de 2010 la exposición móvil "Banderas, estandartes y gallardetes". La premisa de este pasacalles contextualizado en las Picnic Sessions del CA2M consistió en invitar a todo el mundo a diseñar su propia bandera para agitarla en un *parade* a lo largo de las calles de Móstoles.

<http://fastgallery.net>



Desfile

FAST GALLERY n. 5. Banderas, estandartes y Gallardetes

08-07-2010

Móstoles



Desfile

FAST GALLERY n. 5. Banderas, estandartes y Gallardetes

08-07-2010

Móstoles



En el año 2013 la artista brasileña Berna Reale corre en el interior del complejo penitenciario de Americano, en Santa Izabel, Pará (la prisión más grande y masificada del estado) a través de los pasillos, portando la antorcha olímpica.

Getse Valenzuela

"Uno no empieza por tener algo de lo que escribir y entonces escribe sobre ello. Es el proceso de escribir propiamente dicho el que permite al autor descubrir lo que quiere escribir" Tomo esta idea de Vila-Vatas para arrancarme a escribir. Y es que esto del escribir es como el correr, es el proceso de correr propiamente dicho el que permite al corredor descubrir lo que su cuerpo le dice lo que hay dentro del movimiento. Cuando empecé a "correr" la primera vez, hace un par de años, era incapaz de imaginar que después de un tiempo iba a correr una Media Maratón o hacer un duatlón. Las primeras semanas corría un minuto y paraba otro para recuperar.

La percepción y escucha de mi cuerpo evolucionaba a la vez que mi capacidad de aguante y voluntad. Empecé a correr sin saber hacia dónde me llevaba todo esto. Salía, sudaba y me cansaba. A medida que se superan las primeras luchas del cuerpo y la mente y sientes ya la certeza de que hay que correr, que no puede ser de otra manera, la cosa evoluciona continuamente, el correr te abre preguntas y respuestas en cada momento. Te enfrenta a ti misma. Te pone en aprietos en los que hay que decidir con rapidez. La voluntad, los miedos, la pereza, los juicios hacia una misma, los juicios sobre el cuerpo, ... te obligan a ser vistos de frente.

El proceso mismo de Mareatón debiera ser así, nos debería motivar a preguntarnos y ofrecer respuestas. Ya hemos corrido, ya hemos superado el minuto de correr-descanso pero ¿Qué hay dentro de nuestro movimiento? ¿Dónde está nuestro objetivo común en Mareatón?

Tenemos una huella que viene de nuestro movimiento. De la huella varias ideas: Antonio proponía dos versiones, correr en fila/ Correr con margen entre nosotros para poder ver la huella y no estar condicionados por el otro.

En la primera versión, hay una cabeza, alguien que guía, los demás siguen. Aquí, el que dirige tiene una responsabilidad, guía al grupo. Los demás nos dejamos "llevar" nos marcan el ritmo y por dónde pisar. No es necesario observar las referencias que marcan el camino, el otro nos dirige.

En la segunda versión (que nunca ha conseguido ser 100% real) es la unidad. Y cada uno debe de estar concentrado en su paso y en el seguimiento de la huella, para no salirse del carril. ¿Cómo condicionan cada una de estas versiones a nuestra forma de correr? ¿Cuánto y cómo nos condiciona el grupo? ¿Qué hay dentro de la bolita? ¿Qué nos sucede cuando estamos dentro/fuera? Yo veo cintas, cuerdas, hilo, con el que enredarnos y soltarnos. Con el que enmarañarnos y desprendernos. Un hilo que nos conecte y del que podamos soltarnos cuando queramos. De los sombreros pueden salir hilos!

El testigo

Me atrevo a tomar el testigo - Lila Insúa

Me gustan mucho vuestros textos; también porque tienen una medida que llego a abarcar.

Me encantó la idea de empezar, como dicen Getse y Vila-Matas, sin esperar a tenerlo todo resuelto para dotarnos de palabra. Me quitó presión para llegar aquí.

También me excita la idea de Pablo de entrenar las ideas con persistencia.

Entrenar los afectos, los defectos, el desasosiego, el dolor, porque esas sensaciones están en la mareatón.

Entrenarlos no para domesticarlos, ni para anestesiarnos en una repetición que nos permita únicamente ejecutar lo aprendido. Partir de un libro de Raymond Queneau que leí hace años. Ejercicios para abordar y saborear esta 1/2 marEaton que nos reúne, que propone un reto, múltiples desafíos. Tomar la idea de pequeños ejercicios con los que abordar la ciudad y el movimiento.

Hay una cuestión de tiempos, de rehacer lo andado (literalmente) en las manifestaciones. Desde la soledad y desde el cuerpo común. Pero también desde la asincronía respecto al tiempo original. Aritmética para artistas.

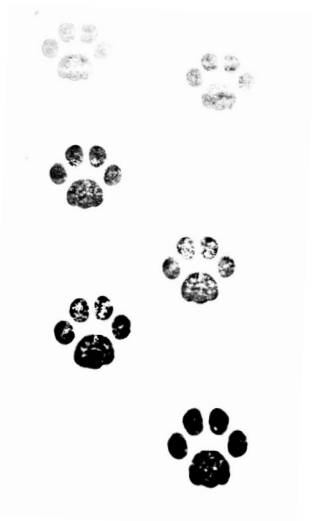
¿Cuánto se tarda en “tiempo- manifestación” en trazar un recorrido, de Atocha a Sol? ¿Cuánto a la carrera? ¿Cuánto ralentizando al máximo nuestras pisadas, sin separar un pie del otro dando continuidad a la línea? 7 ejercicios para el mes de marzo 2014:

1. Caminar el perímetro de la Puerta del Sol, l e n t a m e n t e. ¿cuánto tiempo toma? filmarlo. Slow-pro.
2. Tiempo-manifestación-tiempo carrera: recorremos, vamos, volvemos: series en la multitud ¿sumamos banderas?
3. Disrupción-improducción-juego-flujos... Espacios libres en la ciudad: estiramientos.
4. Señalamiento de la carrera: caminar la media, fotografiar los puntos de confluencia, para poder pensar la teatralidad.
5. Carrera al trote, cochineró. Durante 5 minutos, cada hora, 24 horas. Puerta del Sol.
6. Audio pisadas, hacer nuestro el recorrido.
7. Dibujar el espacio común. Nuestras fronteras se borran: señalamos el camino con agua, lo rociamos. Huellas que desaparecen.

ejercicio #1, sábado 22 de marzo de 2014,
recibir a las marchas indignadas, salir caminando, como
todas las columnas. Ocupar el tiempo de una maratón
lenta en la manifestación. Caminar con las palabras de
Marina Garcés, porque no nos salvaremos solos: *"El
individuo es una categoría relacional, no existe sin sus
relaciones, y sus relaciones no vienen después, son lo
que nos compone. Es desde ahí desde donde yo digo:
ya estamos implicados (...). Hoy vemos en muchos planos
de la vida lo que yo llamo formas de politización que no
son explícitamente reconocibles como movimientos o
como luchas, que son las dos maneras como normalmente
reconocemos lo político (...). sino que reapropian de la
dignidad de la vida. La pregunta es cómo se relacionan
esos momentos de interrupción -las plazas del 15M, por
ejemplo- con su continuidad, con sus maneras de infiltrarse
en la vida cotidiana y transformarla. No tanto con la
durabilidad del movimiento (...)*

*Está el tiempo de la interrupción, de la novedad, de la
emocionalidad, de lo colectivo... pero también están los
momentos de lo invisible, de lo cotidiano, de lo continuo.
Están los momentos de romper, los momentos de durar y
de continuar, y también los momentos del antagonismo y
de la frontalidad. Tenemos que aprender a manejar esta
multiplicidad de lógicas, de momentos y de espacios."*

En estos tiempos y movimientos para pensarnos de otra
manera insistieron los primeros ejercicios.





1634



1642



1655



1701



1711



1722



1732



1741



1753



1801



1813



1821



1833



1845



1853



1902



1911



1922



1932



1942



1952



2003



2011



2021



2031



2042



2057



2103



1250



1300



1310



1320



1330



1340



1350



1400



1410



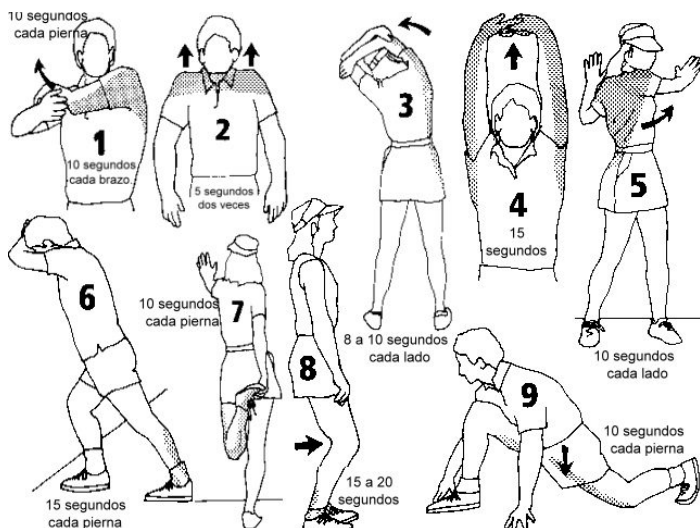
1420



ejercicio #2, domingo 23 de marzo de 2014
 volver a la carrera, rehacer el recorrido de la anterior
 jornada. Ocupar el tiempo de la mediamañana en ir y
 volver desde mi casa al punto de llegada (Colón) y desde
 ahí a la salida (Atocha), repetir una y otra vez los encuentros
 de las marchas indignadas, ahora con las calles vacías,
 aunque todavía con la pulsión de permanecer, de hacerlas
 nuestras, de que siga pasando ese estado de excepción.

Algunas cuestiones prácticas:

Los días de entrenamiento del equipo, a partir de febrero son los MARTES, a las 17hs en el hall del edificio principal. En general nos vamos a las instalaciones deportivas de la UCM (frente al Museo del Traje) allí Antonio nos enseña ejercicios de lo más variopinto, aprendemos palabras como "fartlek" y comenzamos con las series. Es un espacio agradable, con césped y árboles. En cualquier caso tenemos pensado salir a correr algún día por algún parque, la casa de campo, el Retiro, o el carril ciclista de la UCM: avisaremos oportunamente! Para comunicarnos hemos puesto en funcionamiento una lista de correos, así que si estás interesado en "ser uno de los nuestros" puedes contactar con nosotras en [lilainsua\[at\]art.ucm.es](mailto:lilainsua[at]art.ucm.es) o también encontrarás información en el Facebook que ha abierto Patricia para el grupo: www.facebook.com/groups/240900356091





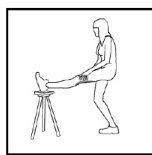
Cuádriceps



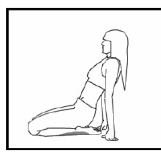
Gemeas



Sóleos



Isquiotibiales Genérico



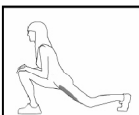
Peroneo



Planta del pie



Isquiotibiales+Abduct.



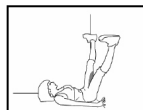
Flexores de la Cadera



Aductores de sentado



Fascia lata-iliotibial



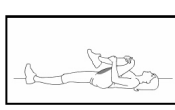
Aductores 2



Piramidal-glúteo



Glúteos



Biceps femoral específico



Isquiotibiales 3

El equipo se va consolidando. Estrenamos el mes de febrero con nuevo horario y bajo un chirimirí que en forma de ozono llena nuestros pulmones. Alejandro se inicia en la carrera con una energía que intentamos seguir a ritmo de campanadas. Nos planteamos qué hacer con el día de la carrera. Si mantenemos la fecha, el 27 de abril, coincidiremos con las maratones y medias-maratones de Madrid, nos conformaremos como una carrera viral y aprovecharemos que la policía madrileña estará ocupada en otros menesteres. Nos parece buena opción... Alguien dice que también se celebra el día internacional de la danza!!!



¡Hoy duplicamos turno!! Ícaro ha comenzado a entrenar un segundo grupo y ¡por todo lo alto!

El grupo matutino propone una reunión el lunes 17 para organizarnos, para pensar teatralidades en la carrera, para decidir fecha... será a las 18hs! Pablo Santiago, estudiante de la Facultad y mareatoniano también es, para quien no lo sepa, fisioterapeuta aclamado :-). Si alguien quiere ponerse en buenas manos puede escribirle un correo a [pasape1\[at\]hotmail.com](mailto:pasape1@hotmail.com) o llamar al 91 431 20 18

Por cierto ¡preparar calentadores de colores!! que el martes 18 iniciamos la sesión con Eva Nasarre en el hall del principal.



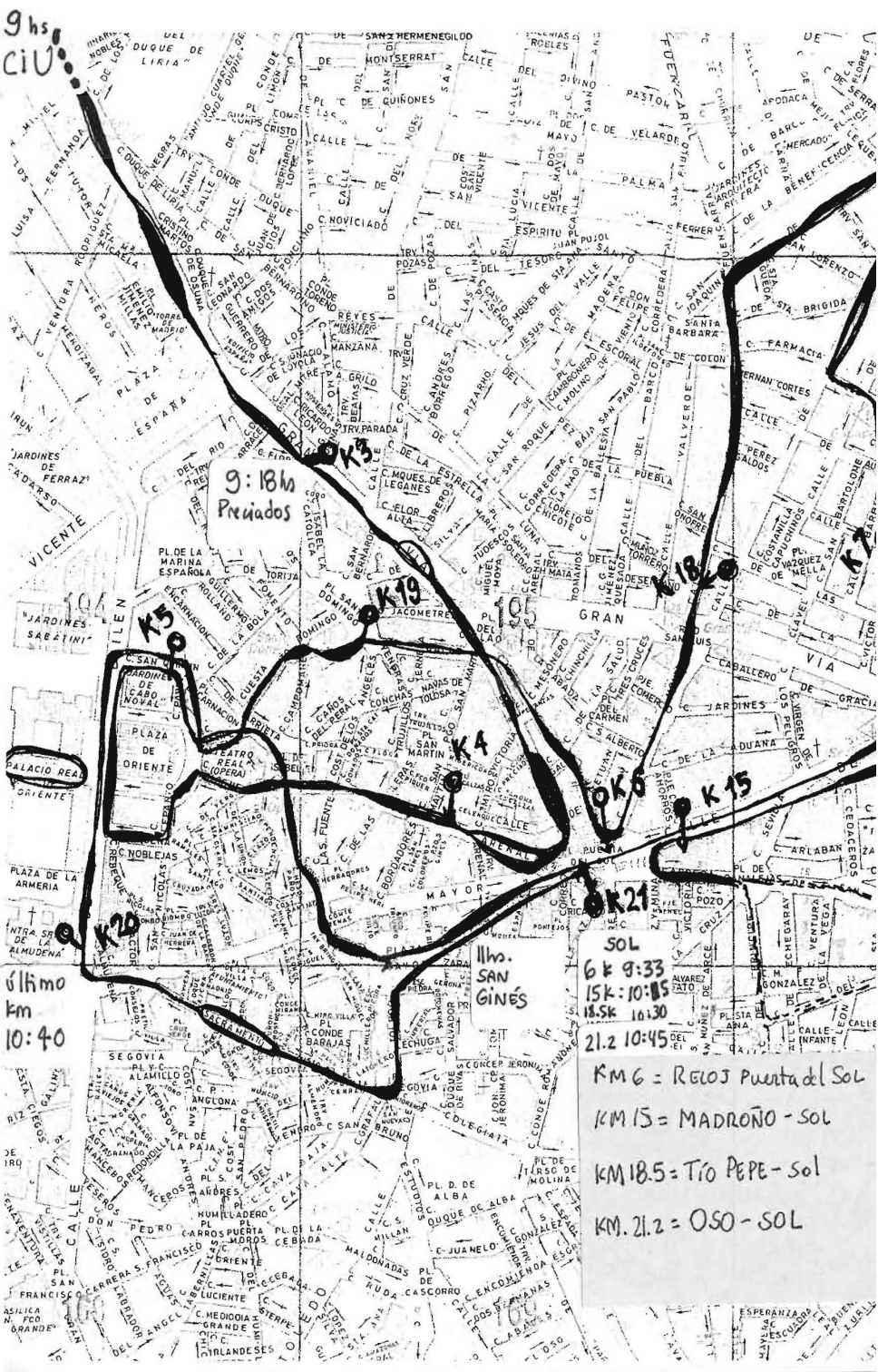
¡Tenemos fecha! 27 de abril día de la carrera!!!!!!!!!!!!
seremos viral de la maratón madrileña, a las 9 de la mañana salimos de la universitaria y terminamos en Sol... De la jornada de hoy cabe resaltar que de la mano de Pablo Santiago ha llegado el criterio: nos propone deberes colectivos: que elaborem textos para articular la carrera, el correr como práctica de resistencia, modos de acometer el recorrido, los flujos de personas, las incorporaciones: teatralidad, disidencia dinámicas en la carrera. También quedamos en pensar frases claras y concisas para animar al resto de alumnos y estudiantes a sumarse a la carrera (teniendo en cuenta que en esas dinámicas podemos correr un ratito, dejarlo, volver) y para ello ¡cualquiera vale! Las frases son para comunicar esto a los mareatonianos en potencia! Tema Documentación: intentaremos grabar con 3 o 4 cámaras, desde dentro y fuera de la carrera (habrá que ponerse de acuerdo en los formatos) en bici, con casco o en el pecho!! Harán falta amigos dentro y fuera en colaboración. Por último otra *save the date*: 22 de marzo: calentamiento recibiendo a las marchas de la dignidad (sábado) a lo mejor podemos ensayar el movimiento bolita de Antonio Morales. Surge la idea de que la media sea una carrera de relevos con pelotón. Antonio nos cuenta que en las carreras oficiales hay cosas que se señalan con globos. A mi se me ocurre que podríamos partir con un racimo de globos con tantos colores como mareas. 21 globos grandes y uno pequeñito. En cada kilómetro recorrido se pasa el testigo-racimo y vuela uno de nuestros reclamos. Antonio ha estado trabajando en cómo podría ser el recorrido, es importante para saber en qué puntos hay que hacer los relevos y posibles acciones que podemos pensar hacer durante el recorrido: algunos lugares estelares son La Puerta del Sol (centro neurálgico por donde pasaremos 4 veces) el Tribunal Supremo, la sede del PP en Génova, el Ministerio de Educación y Cultura, Sanidad... Me gusta mucho que el inicio de la carrera sea en Ciudad Universitaria, evoca el recibimiento de los estudiantes a los mineros... Tengo pensado hacerlo uno de estos días, caminando, para comentaros las sensaciones y tomar imágenes de los puntos kilométricos.



Preparados, listos... - El enigma de la fruta

Unos cuantos atletas, vestidos con su indumentaria correspondiente, van caminando por la calle, mientras calientan y preparan sus músculos para el gran asalto. Una línea situada unos metros más adelante, en medio de una calle transitada y peatonal. Los participantes se sitúan en frente la línea continua, y una vez sobre ella, se preparan como el protocolo dicta las reglas. Se inclinan y asumen la posición de "preparados", cuando ven que todos están en la primera pose y corroboran la actitud que indican que cuando quieran, levantan sus nalgas y se ponen en la posición de pistoletazo de salida. Ahora ya solo falta el disparo... pero, no hay arbitro que de la salida. Así que todos esperan a cualquier aviso de salida, como buenos corredores sus oídos se agudizan mientras el estadio calla para no despertar ninguna falsa alarma. Mientras tanto, la gente pasea a su alrededor, mira con atención y puede ver toda esta línea de corredores listos para salir pitando. La cuestión es quien será el atrevido que decida gritar un ¡ya! En eso consiste la acción, lo divertido de ver como mucha gente no se atreve a dar el paso, y la gente que se atreva, verá como su grito habrá echo mover una masa de corredores. Algo que seguro que ellos no esperaban. Los participantes disfrutarán de un momento de tensión y mientras se pierden en el abismo dejando atrás al arbitro impulsor de la carrera piensa el que pensará, o intenta imaginarse la cara del espectador que actuó como arbitro y la gente que estaba o andaba alrededor por esa calle.

<http://elenigmadelafruta.com/portfolios/preparados-listos/>



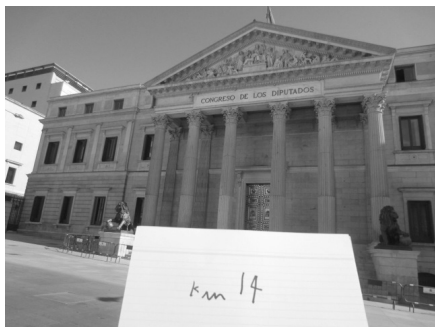
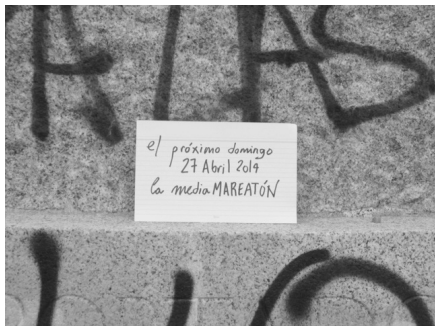
9hs
ciudad

9:18h
Pruados

último
km
10:40

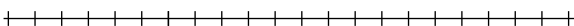
6k 9:33
15k 10:15
15.5k 10:30
21.2 10:45

KM 6 = RELOS Puerta del Sol
KM 15 = MADROÑO - SOL
KM 18.5 = Tío Pepe - Sol
KM. 21.2 = OSO - SOL





porque estamos cansados
porque queremos elegir nuestro cansancio
corremos una mediamaraton
a 21 kilómetros





- _ Roban por encima de nuestras posibilidades
- _ Si nosotros nos movemos, ellos se tambalean
- _ Lo único que ha cambiado en un año, es que tenemos más ganas de luchar
- _ Toma la calle, Toma la plaza y Toma la ciudad
- _ Sanidad y Educación Pública y de Calidad
- _ No somos antisistema, el sistema es anti-nosotros
- _ Me sobra mes a final de sueldo
- _ Error de sistema. Reinicie, por favor
- _ ¡¡Tengo una carrera y como mortadela!!
- _ Manos arriba, esto es un contrato
- _ Rebeldes sin casa
- _ Democracia, me gustas porque estás como ausente
- _ Nosotros buscamos razones, ellos victorias
- _ Cuando los de abajo se mueven, los de arriba se tambalean
- _ Tu futuro es ahora



km. 1

Beatriz Álvarez

La posibilidad de que varios tubos pies de colores se conviertan en un Seurat, ¿Sería una posibilidad de mareatón infraleve?

Hacer puntillismo con los pies; poesía fonética con la respiración; palabras bisagra con nuestras articulaciones.

Jugar a formar un tableau vivant como si cada uno de nosotros fuese un confeti fugaz danzando en un baile de abigarrados colores. Estelas etéreas que dibujan estrellas fugaces. No pidamos deseos a la nada, aunque como dicen, hayamos nacido de la agonía de una estrella porque entonces quizá también algo en nosotros termine agonizando. Por doquier, hay estrellas fugaces, tal vez, podamos compartir algo con ellas, con el corazón en la tierra. Preguntarse por qué correr, quizá equivalga a preguntarse por qué respirar pero y si nos preguntáramos, ¿Para qué correr?, ¿Para qué respirar?

A veces, la disposición arbitraria del orden de un puñado de letras cambia por completo la dirección del pensamiento y nos ayuda a sortear los señuelos de algunas preguntas que nos conducen a un callejón sin salida, pero para ello no basta solo una letra, es necesaria la combinación de varias, y esas combinaciones son infinitas.



"Lo que estaba a punto de decir, dijo el Dodo en tono ofendido, era que lo mejor que podríamos hacer es tratar de secarnos corriendo una carrera de conjurados.

¿Qué es una carrera de conjurados?, preguntó Alicia, no tanto porque realmente quisiera saberlo como porque el Dodo había hecho una pausa en su exposición, como si esperara a que alguien se lo preguntara.

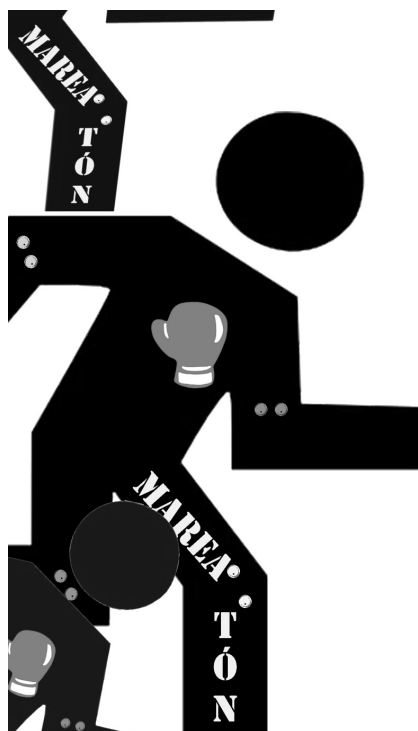
Bueno, dijo el Dodo, la mejor manera de explicarlo es haciéndolo.

Diciendo esto, primero marcó el curso de la carrera en una especie de círculo (la forma exacta no es importante, dijo). Luego, todo el grupo se colocó aquí y allá sobre el círculo. Como no hubo "Un, dos, tres, ya", cada uno empezó a correr desde el lugar donde estaba y en el momento que quería. Como tampoco era fácil determinar cuándo debía terminar la carrera, cuando consideró que todos estaban lo suficientemente cansados el Dodo gritó "¡La carrera ha terminado!" y todos se agolparon a su alrededor preguntando "Pero ¿quién ganó?"

La cuestión no era fácil de resolver, así que el Dodo se sentó un largo rato presionándose el dedo índice sobre la frente (en la posición en que usualmente uno puede ver a Shakespeare en sus imágenes) mientras el resto esperaba en silencio. Finalmente, el Dodo dijo "Todos ganaron y todos merecen un premio."

Lewis Carroll. Alicia en el país de las maravillas.



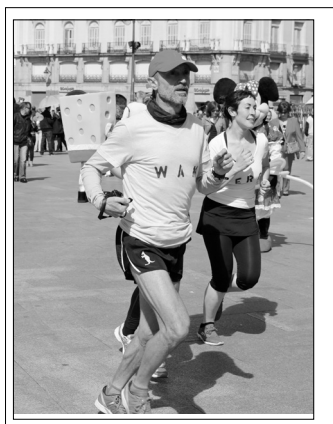


Beatriz Álvarez

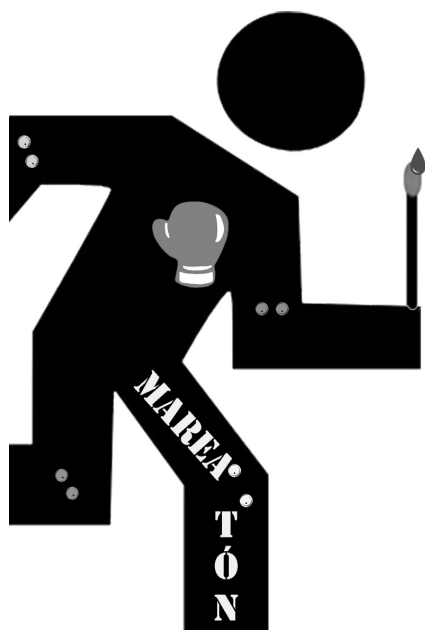
Mareatón y teatralidad - Pablo Santiago

¿Habéis leído el cuento de Borges “El Inmortal”? Trata de un juego, el juego que propone La Odisea, convirtiéndose en la primera de todas las historias, el inicio del juego. Hay teorías literarias que consideran que el juego de la Literatura no es más que una repetición del mito central de La Odisea; el viaje. Narrativamente, la historia empieza, como dicen los romanos, “in media res”, lo que podríamos traducir como “en mitad de la cosa”. Ulises va encontrando sitios, se va deteniendo, va viajando con unos, con otros, en parte copiando nuestro esquema de mareatón. Propongo que nos siga copiando. De cara a la Teatralidad, podríamos empezar “in media res”: los que vayamos a hacer todo el recorrido, llegando de distintos puntos y simplemente juntándonos a la carrera, más que con un punto fijo de salida. Después, entradas y salidas, y como hablamos, podríamos desaparecer en Sol saliendo por cuatro o por seis calles, para lo que necesitaríamos 4-6 cámaras que nos persiguieran en las salidas, quizá todos ubicados en un cierto centro. Si va adelante, necesitamos ayuda. Podríamos proponérselo a algunos estudiantes de audiovisuales, siempre que nosotros pudiéramos contar con el material.

km. 4



9:30 Arenal – relevo-entrevista Garazi Valmaseda



Beatriz Álvarez

De la intimidad, de la lengua, de la inclinación como resistencia – Patricia Leguina

Para Constant (Benjamin), así como para el liberalismo del que somos hijos, la libertad consiste, precisamente, en asegurar la frontera entre el dominio público y el ámbito privado, la inexistencia de dicha frontera supondría la pérdida de toda libertad y la imposición del silencio. Es entonces cuando el intercambio de opiniones se señala como un signo de disidencia sospechosa y se ensalza el “ciudadano lacónico”¹, es decir, el que es mudo ante el lenguaje de la polis. Este ciudadano mudo es en definitiva un ser humano sin intimidad y, es por ello, que la resistencia debe producirse en el ámbito de la intimidad con pequeños actos cotidianos que nos mantengan sin enmudecer. Es en ese lugar, quizás, el de los pequeños actos cotidianos y el de la intimidad, entendida esta última como la que no se puede dar sin los otros, el lugar de ‘experiencias otras’, un lugar para una experiencia del tiempo, de la afectividad, de la vida fuera de la cosificación que es propia de la sociedad mercantilista occidental. Es necesario y urgente conocer por contacto, por proximidad, como así también lo es rescatar el cuerpo, la afectividad y la conciencia del tiempo propio, que sentimos nos ha sido rebatado, y todo ello para la recuperación de nuestra lengua. Es esto, el no querer enmudecer, lo que nos exige la creación de nuevas comunidades afectivas en las que poder poner nuestros cuerpos a la resistencia, al roce, al rozamiento con los otros y con uno mismo, para sentirnos vivos (inclinados), donde después de cada inclinación el cuerpo del atleta tenga “que <<inventar>> una postura diferente para mantenerse en equilibrio (un equilibrio siempre precario e inestable)”². Parafraseando a Pardo es preciso apuntar que “las leyes de la comunidad (leyes naturales, culturales) no están inscritas en el espacio público sino inscritas en el lugar íntimo o en la piel interna de la afectividad, inscritas con esas huellas que remueven nuestras entrañas cuando escuchamos nuestras historias, nuestras canciones, esas canciones e historias que hacen que la vida nos sepa y nos suene porque nos la sabemos de memoria o, como se dice en algunas lenguas, de corazón (...) [son] nuestro lugar común, la tierra de los hombres hecha de cuentos, cantos y figuras”³.

¹ Holmes, S. (1984). Constant and the making of modern liberalism. New Haven y Londres: Yale University Press. p. 91.

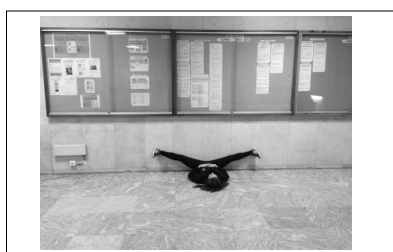
² Pardo, J. L. (2004). La intimidad. Valencia: Pretextos. p. 270.

³ Brea, José Luis. (2009) El tercer umbral. Estatuto de las prácticas artísticas en la era del capitalismo cultural. [versión electrónica]. Murcia: CENDEAC.

km. 7

Teatralidad en Mareatón (2) – Pablo Santiago

Hay una idea que es necesario definir, ¿cómo aglutinar todas la mareas en una? Hemos definido el recorrido, nos falta definir el color, si tratamos de no ser literales, cada uno de los atributos deben ser leídos, pensados, para favorecer la acción, en este caso interpretativa, como transferencia de la necesaria acción social, política o ciudadana, que pretendemos como paradigma del mundo al que aspiramos. Si hay algo poco literal, pero que esconde todos los colores, eso es el negro!! Hay una idea que surge de la reflexión de Getse, los hilos que salen del sombrero rojo, son hilos que conectan espacios, o que podrían conectar espacios!! Al modo del vínculo de Avatar, para mi gusto sin duda el mejor acierto de la película para establecer ese necesario hombre-naturaleza, podríamos establecer un natural, hombre-hombre, capaz de dar lugar a estructuras comunes de una forma proteica que simbolizara una idea de lo común. ¿Cómo? Si en esa camisetas cosemos grandes ovillos de lana negra con segmentos abiertos, que cuelguen y salgan hacia los lados a modo de dendritas que van en todas direcciones (aquí tenemos otra metáfora biológica que se establece con la organización del sistema nervioso) cuando fuésemos corriendo juntos, o ejerciéramos “bolita”, las dendritas establecerían conexiones azarosas con otras dendritas, pudiendo dar lugar a una estructura proteica mayor. La lana negra sería la adición de todos los colores de todas la mareas. Lo cuál veo preferible a usar todos los colores de forma literal.



km. 8

9:56 Calle Génova – relevo-entrevista María Chacón

km. 9

Propuestas prácticas – Pablo Santiago

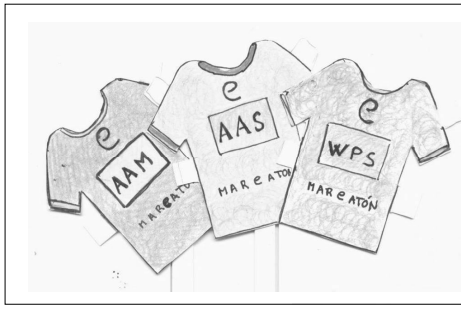
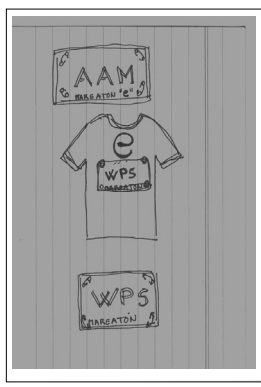
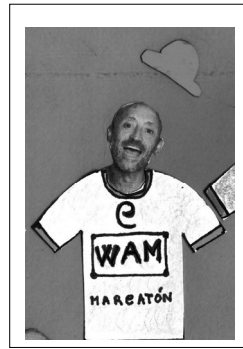
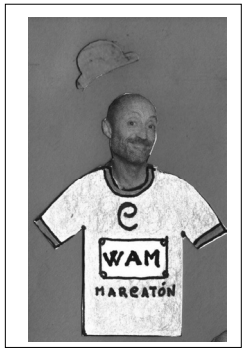
He estado pensando que habría que ir creando algunas señas de identidad, en primer lugar para definirnos, en segundo lugar para permitir el flujo de gente, creando una especie de filtro de amor medieval; algo que a la gente le despierte curiosidad y una cierto deseo de “estar ahí”. En primer lugar, se me ocurre que deberíamos “nombrarnos”. Mi propuesta es que sea con un nombre que borre el carácter individual, para facilitar el carácter grupal del proyecto. Los aminoácidos de los que se forman las proteínas son los siguientes, en el cuadro. Cada uno tiene una abreviatura, y podíamos coger cada uno un aminoácido y añadirle la letra del nombre de pila. Por ejemplo, triptófano, cuya abreviatura es Trp o W. Yo sería WP o WPS o lo que cada uno quiera añadirle.

Luego, la seña de identidad: propongo un sombrero rojo. Compramos sombreros rojos al por mayor, nos los ponemos y nos hacemos fotos como de carné. Y nos colgamos a todos de uno en uno en el blog con una presentación que trate de enfatizar la experiencia que queremos vivir. Y me refiero a esta pregunta: ¿soy capaz de experimentar con un proceso de disolución del Ego en un yo colectivo para un yo colectivo en el que el yo individual salga claramente beneficiado? La presentación podría ser relativa al correr. Por ejemplo: “Me llamo WP, corro desde los diez años: soy capaz de correr una media maratón a 3:50 el kilómetro, y me encantaría correr esta mareaatón a un ritmo común más suave, en el que compartir la ciudad, tener tiempo para mirar el afuera, correr protegido y protegiendo, pensar, y llevarme bajo los pies el dibujo emocionante de todos los pies que pisaron antes.” Me parece importante que en la presentación haya un equilibrio cualitativo (no cuantitativo) entre el dar y el recibir, para que no todo se reduzca a una cuestión numérica tipo: “los catalanes dan mucho, los andaluces chupan mucho”. Se trata de que la experiencia nos ayude en el cambio del paradigma privado al paradigma público en todos los sentidos. Es muy bonito ver, en el libro “born to run” que me dejó Antonio, cómo los juegos y las carreras de caza, a incluso las carreras de no caza, están basadas en movimientos colectivos.

El sombrero rojo funcionaría provocando la extrañeza cuando los compañeros empiecen a ver que diferente gente lo lleva; uno aquí, otro allí... ¡aquí hay gato encerrado!, pensarán. Los carteles de los que hablamos el otro día podían ser simplemente eso, un sombrero rojo, con una página web en la que enterarse de qué va eso que parece estar pasando. Si no es un sombrero rojo podría ser cualquier otra cosa que fuera llamativa y que nos pudiéramos poner todos.

Otra forma de ir repitiendo una sensación de que algo pasa sería llegar a la Uni corriendo y salir de ella corriendo, vestidos de corredores, al menos con una cierta frecuencia, para crear una sensación de grupo y animar a los desprotegidos.

km. 10



Aminoácidos Esenciales y No esenciales

Isoleucina

Alanina

Leucina

Tirosina

Lisina

Aspartato

Metionina

Cisteína

km. 11 Fenilalanina

Glutamato

Treonina

Glutamina

Triptófano

Glicina

Valina

Prolina

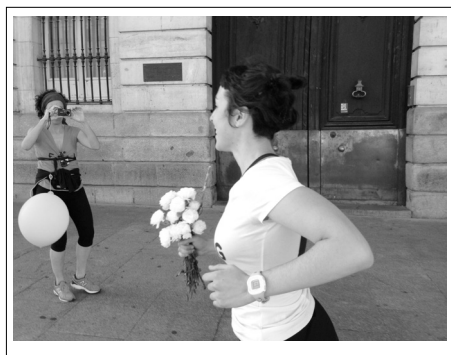
Histidina

Serina

Arginina (condicionalmente)

Asparagina





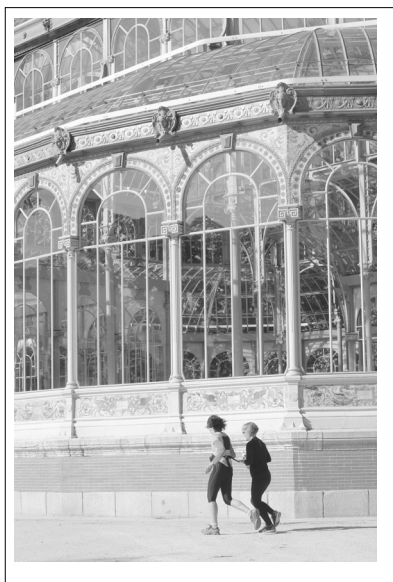
km. 12



10:26 Parque del Retiro – relevo-no aparece

km. 13

Equipamiento poético para una mareatón - Beatriz Álvarez
Revestir el corazón con un GUANTE de boxeo.
Calarse un MAPA en las circunvoluciones del cerebro.
Portar con esmero nuestros MÁSTILES de hueso.
Batear con los *músculos* la SEÑALÉTICA del tedio.
Ondear los *pulmones* hasta que expire el JUEGO.





km. 14



10:41 Plaza Neptuno – relevo-entrevista Margarita González

km. 15





km. 16



10:53 calle Barquillo – relevo-entrevista Gema y Victoria del Val

km. 17



No se
trataba
de
tener
la
ciudad
a
nuestro
s pies
sino
más



bien de
tenerla
, de
re-
tenerla
,
aunque
solo
fuese
por
unas



horas,
en
nuestro
s pies
revesti-
dos con
suelas
de
goma.



Cada
suela,
constit-
uye de
por sí,
una
superfi-
cie de
cartogr-
afías
latente



s
trazada
s, a
cada
nuevo
paso
recorri-
do;
superfi-
cie a
la que,



al
mismo
tiempo,
se
adhiere
n y
despren-
den
virutas
de la
memoria



de la
ciudad.

Por eso
pienso
que
todos
tenemos
un mapa
en la

suela
de
nuestro
calzado
; esa
segunda
epiderm-
is
gracias
a la
cual
nuestro
s pies
pueden
golpear
el
suelo
con más
ahínco

y
determi-
nación,
ayudánd-
onos a
soporta-
r mejor
la
carga
de
nuestro
s
cuerpos
,
devolvi-
éndonos
el eco
de
nuestra

coreogr-
afía
corporal,
de
nuestro
ritual
de
carrera
.
Porque
cuando
se
corre
uno va
dando
pequeño
s
golpes
en el

suelo
estampa-
ndo la
pátina
de sus
suelas,
por
doquier
,
reafirm-
ándose
en su
existen-
cia,
pero
sin
ninguna
pretens-
ión de

adueñar
se del
camino.

Alguien
dijo
que los
pájaros
al
volar
no
dejan
huellas
en el
cielo.
El que
corre
está en

un
limbo,
entre
el que
pasea y
el que
vuela,
por eso
sus
huellas
son
intermi-
tentes
y
gracias
al
continuo
o
parpade

o de
sus
pies
permite
una
escritu-
ra en
movimie-
nto.

Quizás,
nuestro
s pies
hagan
pintura
gestual
al
correr,

y no nos hayamos dado cuenta; quizás, hayamos pasado por alto que todos tengamo s un Pollock en la suela de nuestro	s zapatos ; quizás, hagamos arte al correr sin ser conscie ntes de ello; quizás, nuestro s pies, que en los tiempos que corren	(nunca mejor dicho) parecen relegad os a un segundo plano estén reclama ndo nuestra atenció n: estamos hartos de ser huellas inertes	en el paseo de la fama; en el sendero trillad o que nos impone la realida d; queremo s qué nos uses para salir	corrien do en busca de la playa bajo los adoquín es; cuantos más seamos mejor. El Domingo , 27 de Abril de 2014 una	marea de pies inundó la ciudad. Sabian que no querían correr con los más otros por el paseo de la fama pero, ¿Qué buscaba n en	realida d? ¿Qué querían ? Sospech o que aún es pronto para saberlo . Es por ello que voy a inventar una palabra : un
---	--	--	--	---	---	--

km. 18

<u>piescri</u> <u>to</u> , esos	pies, tal vez,	quisier an intenta	r una nueva forma	de escritu ra,	escribi endo	con sus pies.
---------------------------------------	----------------------	--------------------------	-------------------------	----------------------	-----------------	------------------

El formato de este texto está sacado del libro de poesía *Carroña última forma* de Leónidas Lamborghini que trata sobre el paseo errabundo de un vagabundo por la ciudad.

Correr como forma de resistencia - Gonzalo Fuentes

Estamos ante una práctica artística, donde el resistir de nuestros cuerpos durante el recorrido, es una metáfora del momento en el que vivimos, donde cada vez nos ponemos más trabas para seguir adelante, para realizar nuestros sueños.

Dándole vueltas a la acción en sí. Pienso que el mero hecho de correr, de que durante un periodo de tiempo al día, dejes tus preocupaciones a un lado, tus deberes y tareas, y te centres en ti, en el movimiento de tu cuerpo. Todo esto tiene mucho de transgresión. Vivimos en la sociedad de los resultados, de las estadísticas, de la producción y del consumo, donde estamos todo el día corriendo, pero de otra manera.

km. 19 El día del 27 de abril, la Mareatón se realizó. Un pequeño grupo de personas con camisetas de cuadrados negros a la espalda, realizamos un recorrido de 21km por las calles de Madrid. Ese día también se celebraba la Maratón oficial, la del espectáculo con la cual nos encontrábamos de vez en cuando, ya fuera en su misma dirección o en sentido contrario. Este diálogo potenció nuestro mensaje. En nuestra carrera particular, lo que más importaba era el proceso. Éramos un grupo vivo, que en ocasiones nos juntábamos, nos dispersábamos, entraban elementos, se iban, nos equivocábamos, rectificábamos. Se primaba la idea de colectivo a los resultados individuales.

Este proceso no sólo se dio en la carrera sino durante las quedadas para entrenar, para debatir ideas, los textos a través de las redes sociales. Ha sido una experiencia muy positiva, y pienso que de alguna u otra manera debería de continuar.

Una maravillosa experiencia fallida – Pablo Santiago
Mareatón es una maravillosa experiencia fallida. En su hoja de ruta no había paradas fijas, sino sólo las necesarias experiencias individuales unidas a la aspiración a una verdadera experiencia colectiva. Ejercemos, después de nuestro primer intento, el egoísmo de la experiencia lúdica, ese espacio expropiado a la mayoría de los humanos, sin nosotros haber sido capaces aún, no ya de dar respuestas a nuestras preguntas, sino siquiera de llenar de significado dichas preguntas. ¿Es lícito, me pregunto, el orgullo de nuestro propio entusiasmo? Hace poco conocí a Juanjo Prstojevich, un hombre que desde hace 25 años se dedica a plantar, regar, cuidar y ayudar a vivir a *bonsais* de Ginkgo Biloba. Dice que cada árbol tiene una historia a la que va asociado, y con la cuál crece y vive. Como un hábito. Casi lo primero que oí de él fue: *“Hoy todo el mundo quiere tener un bonsai en dos días, pero cada bonsai es la historia que va llevando dentro, y hay además que plantarlo, regarlo, cuidarlo, y ayudarlo a vivir.”*

km. 20

Mareatón es un *bonsai* experimental que nos muestra nuestra propia prisa, que nos ha mostrado débiles en una reflexión y experimentación colectiva, débiles, no ya en dar respuestas, como decía arriba, sino en llenar de significado las preguntas. Mareatón nos ha mostrado que nuestras necesidades individuales siguen pesando más que la experiencia colectiva, nos ha mostrado que nuestra propia voz impide oír la voz del otro. Nos ha mostrado, más que a otra cosa, sensibles a los detalles visibles. Y a nosotros mismos como hijos de “la última hora” nos ha mostrado. Nos ha mostrado débiles en los procesos de larga distancia, haciéndonos “sprinters mediamareatonianos”. Por suerte, en nuestra primera experiencia, además de todos estos regalos, nos ha ofrecido el surgimiento del entusiasmo, ese peligroso haz de doble filo que podría aclarar la nubosidad que nos ciega si sabemos convertirlo en el germen de una carrera de fondo: la de recuperar la ciudad y a nosotros mismos de las redes institucionales (entre las que caben las formales y las del propio pensamiento) que nosotros mismos hemos ido creando, y que amenazan con extender la usurpación. El mundo real no merece nuestro entusiasmo. Sin embargo, nuestro entusiasmo debe hacerse, len-ta-men-te, merecedor del mundo. Del mundo real.

Derivas urbanas a la carrera: 20 preguntas y algunas opiniones sobre la Media Mareatón de la Facultad de Bellas Artes - PJP

1_ ¿Qué hacen una profesora, Lila Insúa, y una bibliotecaria sexuada masculina, Antonio Morales, presentando juntas una "Acción complementaria" a la convocatoria de Extensión Universitaria? Ese mestizaje me interesa. La porosidad de los distintos grupos que conforman la comunidad universitaria siempre debe ponerse a prueba. Mi trabajo, como bibliotecaria, también consiste en salir del espacio que se me asigna, la Biblioteca, para poder dar servicio allí donde se requiere: el aula, el seminario, la mesa de trabajo de los investigadores... Me gustan las contaminaciones. Estoy cómoda en los espacios de roce entre distintas actividades. "Porque a mí me va mucho la marcha tropical y los cariños en la frontera, me van,". Me apunto al grupo.

km. 21

2_ ¿Es una actividad cerrada a la comunidad universitaria? Nace en la Facultad y se dirige, directamente, a sus miembros. Pero como todo lo que ocurre en Extensión Universitaria, en el momento en el que las actividades se publican en la web y serpentean por las redes sociales, cualquiera puede apuntarse. Las contaminaciones no terminan en la mezcla de distintos colectivos universitarios sino que saltan a la ciudad. La universidad abierta a la sociedad. Me gusta.

3_ ¿Se trata de correr? Sí, hay que correr. Queremos seguir las huellas marcadas por las mareas ciudadanas en un trazado urbano que, sentimos, nos quieren arrebatar. Vamos a pensar la ciudad corriendo. De hecho, Antonio Morales plantea unas sesiones y ejercicios desde su experiencia como corredora. Fijamos unos días para entrenar. Los cuerpos necesitan adaptarse al esfuerzo. Corremos y hablamos. Nos intercambiamos libros sobre correr. Hacemos calentamiento en el hall de entrada de la Facultad. Corremos por los pasillos, subiendo y bajando escaleras. Salimos a las pistas de atletismo. A veces, nos aventuramos por la Casa de Campo. Corremos en grupo bajo los árboles espantando conejos, escuchando el gorjeo estrepitoso del atardecer.

4_ ¿Quiénes corremos? Pues hay de todo: alumnas de grado y de postgrado, profesoras, bibliotecarias, bailarinas, admiradoras, teatreras...



5_ ¿Es una actividad destinada a darnos placer? ¿A cuidar nuestro cuerpo? ¿A mantenernos en forma? Nunca he podido separar lo que me gusta, mi ocio, mis amigos, de otras actividades de la vida. Lo profesional y las militancias se entremezclan con mis aficiones y mis afectos de una manera que no puedo diseccionar. Confrontar me da placer. Mi cuerpo me interesa como instrumento de lucha. Corro para resistir.

6_ ¿Es una acción política? Sí, en el sentido en el que parte de un cuestionamiento de cómo se nos obliga a habitar la ciudad y a emplear nuestro tiempo. Es política porque problematiza la separación entre el trabajo y la vida privada. Corremos en la Facultad, durante la semana laboral. Corremos a partir de los itinerarios que han formado las mareas ciudadanas. Pensamos sobre un trazado urbano que se quiere libre sólo para el consumo. Con unos desplazamientos normativizados que te llevan al trabajo (para quien lo tiene), a la casa (para quienes reconocen un espacio propio), al ocio (para quienes tienen tiempo libre). Queremos hacer política con nuestras vidas que se resisten a ser despojadas de dignidad por un capitalismo envenenado y viral.

7_ ¿Es arte? Lo es porque utiliza el pensamiento artístico. Se trata de "ser activo creativamente" como diría Beuys. Observamos, analizamos pero también sentimos. Nuestra carrera es una performance. Creamos algo que se desvanece cuando cada uno se aleja por un lado de la plaza y se pierde en otras multitudes. Es arte efímero pero conservamos las cenizas de lo que hemos creado. Los rastros de haber estado ocupando la calle. Este fanzine es el hueco que hemos dejado en el asfalto con nuestras zapatillas.

8_ "¿Qué pueden los cuerpos?" preguntaba Lila Insúa a sus entrevistadas. 21 mujeres, que responden y conversan a partir de un cuestionario que Lila les hace en directo, corriendo. Una por kilómetro. Entregándose como relevo un ramo de flores que va menguando a medida que avanza la carrera. Los cuerpos pueden cuando la mente empuja. ¡Y pueden más juntos! Necesitamos que nuestros cuerpos se encuentren y compartan destinos. Necesitamos resistir unidos a la mentira de la individualidad.

9_ “¿Qué puede el cansancio?”, insiste Lila. Hay algo reconfortante en el esfuerzo. El placer de haber hecho un ejercicio físico y sentir el cuerpo relajado, mejor dispuesto para el descanso y el sueño. Después de horas de lectura, de estudio, de escritura podemos sentir lo mismo, una gran plenitud. El cansancio, también, nos devuelve a nuestros límites. Mi cuerpo de mediana edad se quiebra. A veces, el cansancio se mezcla con el dolor. El cansancio me avisa de hasta dónde puedo pero también me sorprende esfumándose para permitirme ir un poco más allá.

10_ ¿Por qué correr juntas? Durante años correr me sirvió para cansar el cuerpo y descansar la mente. Casi siempre corría sólo. Encontraba una sensación placentera en notar el viento sobre mi cuerpo mientras me vaciaba de pensamientos. Dejé de correr hace 18 años y al retomarlo en enero de 2014, con los entrenamientos de la media Mareatón, he descubierto la fuerza de correr en grupo. Me gusta que la carrera se adapte a diferentes capacidades y formas de correr. Que nadie quede tan rezagada que no pueda volver a alcanzar al grupo. Hay algo muy emocionante en ese sudar juntas y llegar al final entre risas.

11_ ¿Correr o pensar? Pensamos corriendo. Los entrenamientos físicos se combinan con reuniones, charlas, encuentros en el espacio virtual. Discutimos juntos cómo va a ser el día de la carrera. Por dónde discurrirá, en qué momento se incorporarán más personas. Porque el itinerario es fijo pero está abierto para recibir gente. Formamos parte de una escuela peripatética que avanza a buen ritmo por la ciudad.

12_ ¿Cómo nos nombramos las que corremos? Dejamos nuestros nombres propios. Llevamos algo parecido a un dorsal (complemento ineludible en las carreras oficiales). En nuestro caso el dorsal va impreso en las camisetas. Por una propuesta de Pablo Santiago, se construye a partir de la letra de un aminoácido (como reconocimiento a lo que nos conforma como seres vivos) y de las iniciales de nuestro nombre y del apellido. Una manera de borrar el carácter individual para remarcar el aspecto grupal del proyecto. Yo soy PJP. La P viene de la Prolina, uno de los aminoácidos que forman las proteínas de los seres vivos. La Prolina está involucrada en la producción del colágeno. Está también relacionada con la reparación y mantenimiento de los músculos y huesos. Mis rodillas de cincuentona necesitan mucha Prolina. Así me convierto en PJP.

meta

13_ ¿Cómo nos mezclamos con otras que corren? El día elegido para la Media Mareatón coincide con una convocatoria masiva. Un Maratón que corta el tráfico en casi todo el centro de Madrid y que coloca en las plazas escenarios financiados por marcas comerciales. Nos aprovechamos de que hay muchas calles sin tráfico pero no seguimos el itinerario oficial. A veces nos cruzamos con el Maratón. Lo atravesamos trasversalmente o corremos en dirección contraria como una bandada de estorninos que parece haber perdido el rumbo. Luego giramos y nos lanzamos hacia otras calles haciendo un dibujo de abanico o de broche o de aguja para sostener el sombrero.

14_ ¿Qué decimos mientras corremos? Gritamos nuestra indignación cuando pasamos por algunos lugares (el Congreso, la sede del PP, el Tribunal Superior de Justicia...). Nos llamamos a gritos para retomar la ruta cuando alguien se despista. Nos saludamos cuando alguien se incorpora a la carrera. A ratos, corro al lado de la entrevista y contesto mentalmente las preguntas o pienso sobre las respuestas que escucho.

15_ ¿Corren los libros? Supervivencia de las luciérnagas de Georges Didi-Huberman, ha salido de la riñonera de una de las corredoras. Ella lo utiliza para citar un fragmento al responder a una de las preguntas. Luego me lo entrega como donativo para la Biblioteca. Los libros corren con nosotros. Nuestras lecturas son combustible. Nuestros cuerpos luciérnagas se alimentan de lo que leemos y compartimos.

16_ ¿Por dónde se cuela la Mareatón? La carrera ha entrado en una clase. Algunas corredoras hemos rodeado a una compañera que expone un pechakucha sobre otras maneras de habitar los espacios públicos en la ciudad. 6 minutos y cuarenta segundos de presentación seguidos de una hora y media de discusión con la clase. ¿Qué somos y qué pretendemos? ¿Qué hacen estas intrusas en la clase? Bibliotecarias, alumnas de otras asignaturas, personas de fuera de la universidad han entrado en clase para discutir y construir.

17_ ¿Correr es una fuga? También es un encuentro. Nos resistimos, nos rebelamos, nos dispersamos por la ciudad pero volvemos a encontrarnos.

meta

18_ ¿Hasta dónde resistiremos corriendo? No sabemos. Yo no he dejado de correr. Nuestros entrenamientos en grupo se van a recuperar. Tendrán otras formas, a veces serán diálogos, visitas a otras aulas, discusiones en espacios comunes pero también carreras en las tardes cada vez más suaves o en los amaneceres de color ámbar.

19_ ¿Con quién corremos? Están muchas compañeras. Sabemos que llegarán desconocidas que todavía no se han acercado. También corren las que ya no viven conmigo aunque sigan estando tan presentes: mi padre, mi hermano Jesús, mi adorada amiga Marta Ontañón, mi tía Ely.

20_ ¿Dónde termina la carrera? No tenemos pensado dejar de correr. La carrera, eso sí, se puede convertir en baile, en grito, en risa, en abrazo.

PJP (fuera de la Mareatón conocida como Javier Pérez Iglesias)

meta



Programa Acciones Complementarias 2014

Participantes

Antonio Morales, Antonio Franco, Javier Pérez, Selina Blasco, Alejandro Simón, Lila Insúa, Icaro Maiterenea, Noelia Lecue, Patricia Leguina, Lucía Senent, Beatriz Álvarez, María Gámez, María Chacón, Pablo Santiago, Getse Valenzuela, Lorena Fernández, Gonzalo Fuentes, Nuria Roncero, Guiomar Campos, Odi Álvarez

Organizadores

Antonio Morales, Lila Insúa

Diseño

Alejandro Cinque, Lila Insúa

Textos

Beatriz Álvarez, Patricia Leguina, Pablo Santiago, Javier Pérez, Getse Valenzuela, Lila Insúa

Fotografías

Patricia Leguina, Iratxe Pérez, Ignacio Plaza, Alejandro Simón, Beatriz Álvarez, Jose Jurado, Marta Serrano, Jonay P. Matos

Ext.

Equipo de edición Extensión Universitaria BBAA-UCM

Selina Blasco, Lila Insúa, Alejandro Simón, Ana Arias y Alejandro Cinque

Diseño de portada

Margarita García

Contacto

bellasartes.ucm.es/extension
extensionbellasartes.wordpress.com
facebook.com/bellasartessmadrid
twitter.com/bellasartesUCM
vimeo.com/extensionbellasartes

ISSN: 2255-243X

Dépósito legal: M-41841-2012

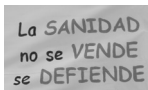
Las imágenes y textos contenidos en esta publicación están bajo la licencia Creative Commons.



SANIDAD PÚBLICA



NO SE VENDE



Ext.

25

media-
marea-
tón